

Alltagsdroge Cannabis

Was verstehen wir unter Alltagsdrogen?

Alltagsdrogen gehören für viele Menschen zum Alltag dazu und sind fast jederzeit verfügbar. Darüber hinaus sind sie leicht zugänglich und nicht strafbar. Viel Alltagsdrogen werden auch öffentlich beworben und Menschen werden zum Konsum ermuntert.

Allerdings können auch Alltagsdrogen physisch und psychisch abhängig machen

Erweiterter Drogenbegriff der WHO:

„Jede Substanz ist als Droge zu verstehen, die in einen lebenden Organismus Funktionen zu verändern vermag“ (Neben Cannabis und anderen illegalisierten Substanzen also auch Tabak, Koffein, Alkohol, Tee, Zucker, Medikamente etc.)

Definition von Abhängigkeit der WHO:

Es besteht ein starkes Verlangen danach, die Substanz zu konsumieren. Die Konsumenten verlieren die Kontrolle darüber, ob sie konsumieren wollen oder nicht. Bei Absetzen der Substanz reagiert der Körper, bzw. die Psyche mit Entzugssymptomen. Die Konsumenten entwickeln eine Toleranz bzgl. der Substanz und neigen zu Dosissteigerungen. Soziale und berufliche Einschränkungen sind häufig Folge des Konsums, werden aber von den Konsumenten in Kauf genommen.

Wirkung von Cannabis:

Cannabis wirkt euphorisierend und entspannend. Der Grund dafür ist, dass das mesolimbische Belohnungssystem aktiviert wird und es dadurch zu einer Dopaminausschüttung kommt. Wie Cannabis auf Körper und Psyche wirkt, hängt von der Art der Anwendung, von der Konzentration der Inhaltsstoffe, vom Alter und der Disposition der Konsumenten und von der Situation der Anwendung ab.

Nebenwirkungen von Cannabis:

Neben einem Austrocknen der Mundschleimhäute (trockener Mund), geht häufig auch ein gesteigerter Appetit einher. Die Herzrate kann steigen, die Körpertemperatur sinken und kognitive Einschränkungen (Kurzzeitgedächtnis ist eingeschränkt, Veränderung des Raum- Zeitgefühls etc.) gehen mit dem Konsum einher. Die Reaktionszeiten sind eingeschränkt

Nebenwirkungen bei riskantem, oder abhängigem Konsum:

Panikattacken und Angstzustände können ausgelöst werden. Z.T kann das bis zu paranoiden Vorstellungen, oder kommen. Die Konsumenten fühlen sich häufig erschöpft und leiden unter Motivationsverlust (Arbeit, Schule, regeln der Alltagsgeschäfte...) Depressionen können zunehmen.

Insbesondere der Konsum während der Reifungsphase des Gehirns, also der Konsum unter 2 Jahren, kann zu deutlich schlechteren lern- und Gedächtnisleistungen führen, die allerdings bei risikoärmerem Konsum oder Abstinenz wieder reparabel sein können.

Junge Konsumenten haben dreimal häufiger Suizidgedanken als Nichtkonsumenten. Dabei kann man nicht eindeutig belegen, ob psychische Erkrankungen auf Grund des Kiffens entstanden sind, oder wegen einer bereits vorhandenen Disposition. Vieles deutet jedoch darauf hin, dass es einen wechselseitigen Zusammenhang geben könnte. Menschen mit Psychosen könnten geneigt sein, Cannabis zu konsumieren. Dies dient evtl. dem Zweck der Selbstmedikation- gleichzeitig verschlimmert der Konsum von Cannabis in aller Regel die Symptome

Nach Alkohol ist Cannabis die am häufigsten an Unfällen im Straßenverkehr beteiligte Droge

Riskanter Konsum:

Von einem riskanten Konsum spricht man, wenn Dieser zu einer nachgewiesenen Beeinträchtigung der psychischen und physischen Gesundheit des Konsumenten geführt hat und trotzdem weiter geführt wird.

Steigerung des Risikos zur Suchtentwicklung

Abhängiger Konsum:

Je jünger die Konsumenten sind, desto höher ist die Gefahr einer Abhängigkeitsentwicklung. Zusätzliche psychische Vorerkrankungen wie z.B. genetisch bedingte Depressionen, oder auch die Disposition zur Psychose können eine Abhängigkeit begünstigen. Kinder aus suchtblasteten Familien, oder auch Kinder, die in Armut aufgewachsen sind, haben ein ungleich höheres Risiko, an einer Abhängigkeit zu erkranken. Zu dieser gefährdeten Gruppe zählen auch Kinder, die Traumatisierungen erleben mussten. Höher gefährdet sind auch Konsumenten, die wenige Interessen haben. Allerdings sind die körperlichen Entzugssymptome eher leicht einzustufen. Bei der Entgiftung werden die Menschen unruhig, nervös, schlafen schlecht ein und durch, träumen wieder sehr viel- häufig Alptraumartig, schwitzen vermehrt und fühlen sich häufig schlecht gelaunt. Diese Symptome sind in der Regel nach ca. einer Woche deutlich abgemildert und nach zwei- drei Wochen verschwunden. Das ist aber abhängig von der Dauer und der Intensität des Konsums.

Senkung des Risikos für eine Abhängigkeitserkrankung:

Die Konsumenten sind fähig zur Punktnüchternheit, d.h. können den Anforderungen der Arbeitswelt, bzw. der Schule genügen. Längere Konsumpausen sind möglich. Sie sind fähig, ihren Alltag zu regeln und können Krisen bewältigen. Hobbies bzw. sinnvolle Freizeitbeschäftigungen und soziale Kontakte zu Nicht- Konsumierenden sind vorhanden. Sie schädigen sich, bzw. Andere nicht. Ein wichtiger Aspekt ist auch die Fähigkeit, Erlebnisse während des Rausches adäquat einordnen zu können.

Verbreitung:

Eine Studie der BzGA wurde 2018 zum Thema Alkoholkonsum durchgeführt, dabei wurde auch Cannabiskonsum abgefragt. In dieser Studie haben in der Altersstufe der 12- 17 jährigen 8,7% der befragten schon einmal gekifft. In den letzten 12 Monaten waren es in dieser Altersstufe 6,9 und in den letzten 30 Tagen 1,5 %

In der Altersstufe der 15- 18 jährigen waren es überhaupt 35 , in den letzten 12 Monaten 14

Bei Berufsschülern, bzw. Studenten hatten 53,4 schon einmal gekifft und in den letzten 30 Tagen waren es da 22,1 %

Der Trend zum Cannabiskonsum ist schwankend, derzeit aber wieder steigend. Hauptsächlich wird am Wochenende gekifft, lediglich ein kleiner Teil der Jugendlichen konsumiert problematisch, bzw. abhängig.

2018 haben wir in der Drogenberatungsstelle Ludwigshafen 38 Jugendliche zwischen 13 Jahren und 21 Jahren betreut. Diese Jugendlichen wurden von ihren Eltern in die Beratungsstelle begleitet oder wurden uns von Jurelu zugewiesen. Manche wurden von ihrer Wohngruppe zu uns geschickt und nur ein Mensch hatte die Auflage von seiner Schule, Gespräche bei uns wahr zu nehmen.

Fazit:

Ähnlich wie bei den auf den Beipackzetteln von Medikamenten angegebenen Nebenwirkungen können diese auftreten, müssen aber nicht zwangsläufig sein. Dies trifft selbst bei abhängigem, regelmäßigem Konsum zu, wenngleich das Risiko dann ungleich höher ist als beim Gelegenheitskonsum. Es gibt keinen risikofreien Konsum. Nebenwirkungen können immer auftreten, selbst bei einmaligem Konsum. Ist der Konsum regelmäßig, ist das Risiko ungleich höher